

Утверждено:



Заведующий МДОАУ
Детский сад № 221 «Сказка» г. Орск»
Боженко Н.А.

	Неделя 3 Вторник 15.04.2025 год				
	Завтрак				
54-1з	Сыр твердых сортов порционно (8гр)	8	1.9	2.4	0
54-1о	Омлет натуральный (150гр)	150	15	15.2	2.7
54-2гн	Чай с сахаром (180гр)	180	0.1	0	6.4
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8
	Итого за Завтрак	358	18.5	17.8	18.9
	Рекомендуемая величина		8.4	9.4	40.6
	Второй завтрак				
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2
	Итого за Второй завтрак	200	1	0.2	20.2
	Рекомендуемая величина		2.1	2.35	10.15
	Обед				
22	Салат "Степной" (40гр)	40	0.7	2.7	4.8
54-26с	Суп овощной со сметаной (150/5гр)	155	1.6	2.8	8
54-7хн	Компот из шиповника и сухофруктов (150гр)	150	0.3	0	12.2
746	Курник с мясным фаршем и картофелем (160гр)	160	14.3	12.3	42.9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	7.9
	Итого за Обед	525	18.2	18	75.8
	Рекомендуемая величина		14.7	16.45	71.05
	Полдник				
Пром.	Кисломолочная продукция "Снежок"	180	4.9	4.5	19.4
Пром.	Кондитерские изделия (пряники)	30	1.8	1.4	22.5
	Итого за Полдник	210	6.7	5.9	41.9
	Рекомендуемая величина		6.3	7.05	30.45
	Ужин				
54-1г	Макароны отварные (120гр)	120	3.8	3.9	23.2
54-11р	Тефтели рыбные с томатно- сметанным соусом (70/15гр)	85	9.7	3.2	7.9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром (180гр)	180	0.2	0	7.5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8
	Итого за Ужин	415	16	7.3	53.4
	Рекомендуемая величина		10.5	11.75	50.75
	Итого за день	1708	60.4	49.2	210.2